

Begeleiden-individueel **Coachen: Troaching**

Wil je graag een individueel traject, in een 1 op 1 setting, specifiek gericht op het vergroten van vaardigheden waar jij in wilt groeien?
En wil je hier niet alleen meer zicht op krijgen en bewuster mee leren omgaan maar ook graag in een veilige setting mee oefenen?

Dan is **Troaching** (= de combinatie van coaching en individuele training) echt iets voor jou!

Interpersoonlijke vaardigheden – adviesvaardigheden – beïnvloedingsvaardigheden – leiderschapsvaardigheden – presentatievaardigheden - ...

Bovenstaande clusters van vaardigheden zijn voorbeelden die heel goed passen in een Troachingstraject.

Vorm

Vorbereiding

- Via een telefonisch intakegesprek wordt duidelijk welke vaardigheden jij verder wilt ontwikkelen met behulp van individuele training.
- Wij koppelen je vervolgens aan een trainer/coach die deskundig is op dit terrein.
- Jij bepaalt na een korte kennismaking of je een klik hebt met deze trainer/coach. Als dit niet het geval is, zoeken we een andere coach voor je. Wij vinden een klik tussen coachee en coach/trainer cruciaal als randvoorwaarde voor een succesvol coachingstraject.

Troachingstraject

Bij een troachingstraject raden wij 4 tot 6 bijeenkomsten aan. Het inkopen van meer Troachingsbijeenkomsten is natuurlijk altijd mogelijk.

De basis van **coaching en individuele training** (troaching) is geconcentreerde, gerichte aandacht. Daarom kiezen we bij troaching voor een live-setting 1 op 1, in een rustige, neutrale, ruisarme omgeving.

Tijdens de troachingstraject is de coach tevens trainer en soms zelfs trainingsacteur bij simulatiewerkvormen. Ook kan het wenselijk zijn om gaandeweg het troachingstraject een bijeenkomst te plannen waarbij een extra trainingsacteur aansluit.

De kern van een troachingstraject is gericht op het oefenen van vaardigheden. Daarnaast gaat het om bewustwording van eigen patronen, zicht krijgen op nieuw handelingsperspectief en hiermee oefenen op gedragsniveau.

De coach/trainer kan denk- of doe-opdrachten meegeven aan de coachee voor de periode tussen de bijeenkomsten.

Goed om te weten

- De duur van 1 bijeenkomst is 2 uur aaneengesloten.
- De duur van een bijeenkomst met een extra trainingsacteur is 3 uur aaneengesloten.
- Je ontvangt een specifiek voorstel en een offerte voor jouw op maat gemaakte troachingstraject.
- Coach/trainer en coachee maken samen de concrete afspraken (datum en frequentie).
- Locatie: de Atoomclub, Amersfoort
- Interesse? Bel ons, of stuur een bericht: bel (033) 450 50 00 of mail naar info@hilst.nl.
- Wij zorgen voor een match.
- Bij een coachingstraject waarbij zelfanalyse een belangrijk onderdeel is, raden wij aan om te starten met een Zelfscan. Meer informatie over deze zelfscan kun je lezen op onze [website](http://www.hilst.nl).

Ga voor het complete overzicht van ons aanbod en vormen van begeleiden naar onze [website](#).